

Виховання дітей під час війни

Часи війни наповнені страхом, іноді жахом, сумом, біллю. Дійсність розкололася на дві частини: темну, де множитья зло, всіляко порушуються межі; і світлу, де життя триває, родини адаптуються до умов війни, народжуються та ростуть діти.

Виховання дітей – складна робота. Це спільно обраний у родині підхід, який теж має дві сторони. Одна – це тиск, який потрібен, щоб навчити дитину вмінням і правилам. Друга – це повага, любов, лагідність, спільність, визнання, причетність. Варто звернути увагу, яким зараз є виховання. Воно має бути лагідним, спокійним. Базуватися на ніжності, турботі, довірі, прийнятті, визнанні, підтримці, любові, відвертості, порозумінні, домовленостях, діалозі, гідності, взаємній повазі батьків і дітей. Щоб розвинути лагідний стиль виховання, передусім потрібно розуміти та говорити в родині про складне – війну.

Що таке війна

Війна – це екстремальна, ненормальна ситуація для людини. Це втрата контролю, безпеки, звичного життя. Це невизначеність, неможливість впливати на руйнівні події. Виникає термінова, вимушена потреба адаптуватися, щоб вижити. Організм природно вирішує виживати. Для цього він застосовує знайомі йому способи. Однак поодиночі з цим не впоратися: людина потребує підтримки рідних. Потребує визнання своєї причетності: «ми родина, ми разом».

Діти і дорослі проживають однакові процеси. Різниця в тому, що організм дорослої людини вже сформований для виживання й адаптації. Дитячий організм фізіологічно не готовий до цього. Він ще розвивається та формується. Йому не доступні ті самі здібності. Тому дітям потрібна допомога дорослих. **Виховання покликане давати дітям силу, впевненість у собі, відчуття безпеки і щастя.** Вони вчаться поважати, любити, долати складні умови, ухвалювати рішення, брати відповідальність, якісно організовувати своє життя.

Що таке виховання

Виховання – це заохочення і підтримка фізичного, емоційного, соціального, інтелектуального розвитку дитини від народження до 21 року. Це підґрунтя для засвоєння суспільних норм поведінки.

Що важливо у спокійному вихованні

Дозволяй дитині бути вразливою, проявляти емоції, бажання, потреби. Вмій слухати та бачити дитину. Цікався її життям. Знайом зі світом. Вчи дотримуватися правил, спілкуватися з іншими, помічати себе й інших. Давай можливість робити самостійні кроки у світ та повертатися до родини.

Діти можуть плакати, коли їхні потреби не задовольнили. Вчаться долати складні переживання поряд із батьками, які їх люблять. Батьки й діти вчаться одні в одних, зміцнюючи стосунки. Кажіть, як любите один одного. Це робить взаємини міцними й надійними всупереч руйнівним процесам навколо.

Коли дитина відчувається у безпеці і щасливою.

Дитина – це маленька людина, яка цікавиться світом довкола та, зростаючи, пізнає його.

Кожна дитина унікальна в спілкуванні. Це проявляється в емоціях: що їй подобається, цікавить, чому усміхається, радіє; що засмучує, лякає, дратує.

Кожна дитина потребує любові, поваги, емоційної прив'язаності. Потребує міцної належності до родини: захисту, визнання як її частини, спілкування у форматі діалогу.

У розмові з дитиною будь лагідним/-ою, говори спокійно, впевнено. Зверни її увагу на себе: будь на одному рівні, щоби дитині було зручно тримати зоровий контакт. Вживай зрозумілі слова і речення відповідно до її віку. Цікався дитиною, будь поруч, чуй її.

Як лагідно встановити правила для виховання

1. Встановлюй межі лише за згодою, у форматі діалогу.
2. Роби це в розмові, коли присутня вся родина.
3. Встановлюй правила поступово. Спочатку впровадь одне. Коли дитина його засвоїть – наступне.
4. Визнач для себе період засвоєння:
 - час на вивчення правила, коли ти навчаєш дитину;
 - час на закріплення навичок, коли дитина самостійно виконує правило, звертається по допомогу до тебе, якщо має складнощі;
 - час на інтегрування у повсякдення, коли навичка стає автоматичною, дитина легко її дотримується без нагадувань.
5. Розкажи, як правила працюють. Що потрібно робити, щоб їм навчитися. На своєму прикладі покажи, як це допомагає у житті.
6. Розкажи про свій досвід: як ти навчався/-лася, що було складно, що допомагало.
7. Підтримуй, пояснюй, коли дитині щось не вдається. Хвали щоразу, коли вдається.

Правила формують повагу дитини до себе, батьків, оточення.

Як війна впливає на родинне життя

Це видно у змінах, які відбулися у повсякденні. Зауваж та запиши, які тепер є складнощі, як родина реагує на них. Поміркуй про кожну окремо: як вона проявляється, як її долає, як вона заважає чи допомагає жити батькам і дітям. Звертай увагу, як війна впливає на родину загалом і на кожну людину зокрема.

Поміркуй про свою родину:

Який у ній стиль виховання.

Які правила визначають родинне життя: які є обмеження, можливості, традиції, спільні справи.

Які правила зараз не виконуються.

Які вимушені правила з'явилися, щоб зменшити загрозу життю.

Чи всі в родині знайомі з ними, розуміють їх. Чи промовляли їх уголос.

Як виникають правила у вашій родині.

Чи є теми, яких не можна зачіпати. Чому.

Яку функцію правила виконують у родинному житті зараз.

Які зміни необхідно зробити зараз.

Які з правил тебе влаштовують.

Які хочеш скасувати. Які – запровадити.

Що ти думаєш про свої правила. Вони відкриті, людяні, сучасні – чи приховані, жорсткі, застарілі.

Запиши відповіді на ці питання. До кожної постав позначку: світлу чи темну. Так ти побачиш рівень тиску й контролю над дитиною/дітьми. Ще раз проговори усі правила в родинному колі. Поясни, навіщо вони існують. Відповідай вичерпно на запитання дитини або дітей. Додай, якщо потрібно, світла – любові, ніжності. Міцні, теплі стосунки у родині подолають темні часи.